|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | C:\Users\admin\Desktop\1.jpeg |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |
|  |  |  |  | **20 марта 2023 г.** |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Сад 12 часов** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Сбор-****ник****рецеп-****тур** | **№****техн.****карты** | **Наименование блюда** | **Выход** | **Химический состав** | **Энерге-****тическая****ценность,****ккал** | **Вита-****мин****С, мг** |
| **Белки, г** | **Жиры, г** | **Угле-****воды, г** |
| **Завтрак** |
| 2008 | 189 | КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯЖИДКАЯ | 180 | 4,9 | 7,4 | 23,3 | 179 | 0,5 |
| 2012 | 396 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМСГУЩЕННЫМ | 180 | 2,6 | 2,7 | 19,5 | 114 | 0,1 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3 | 0,2 | 19,5 | 92 | 0 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 |  | 4,1 |  | 37 | 0 |
| **Итого** | **405** | **10,5** | **14,4** | **62,3** | **422** | **0,6** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 150 |  |  |  |  | 0 |
| **Итого** | **150** |  |  |  |  | **0** |
| **Обед** |
| 2008 | 95 | СУП ИЗ ОВОЩЕЙ | 180 | 2 | 4,2 | 10,6 | 94 | 9 |
| 2008 | 326 | РИС ПРИПУЩЕННЫЙ | 130 | 3,1 | 4,5 | 33 | 184 | 0 |
| 2008 | 283 | ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ ПАРОВЫЕ | 70 | 8,8 | 21,1 | 3,5 | 240 | 0,9 |
| 2012 | 356 | СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ ИЛУКОМ | 30 | 0,7 | 1,7 | 3,4 | 34 | 0,3 |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 180 |  |  | 15,9 | 64 | 0 |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 50 |  |  |  |  | 0 |
| **Итого** | **640** | **14,6** | **31,5** | **66,4** | **616** | **10,2** |
| **Полдник** |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 200 | 5,7 | 6,3 | 9,3 | 119 | 1,1 |
| 2008 |  | ПРЯНИКИ | 50 | 3,9 | 3,1 | 50 | 244 | 0 |
| **Итого** | **250** | **9,6** | **9,4** | **59,3** | **363** | **1,1** |
| **Ужин** |
| 2008 | 306 | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ | 180 | 12,3 | 28,6 | 15,4 | 182 | 20,3 |
| 2012 | 354 | СОУС СМЕТАННЫЙ | 30 | 0,5 | 1,1 | 1,9 | 23 | 0 |
| 2008 |  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3 | 0,2 | 19,5 | 92 | 0 |
| 2008 | 410 | КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА | 180 | 0,1 |  | 26,6 | 107 | 0 |
| 2008 |  | ФРУКТ СВЕЖИЙ | 100 |  |  |  |  | 0 |
| **Итого** | **530** | **15,9** | **29,9** | **63,4** | **404** | **20,3** |
| **Всего** | **50,6** | **85,2** | **251,4** | **1805** | **32,2** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| C:\Users\admin\Desktop\ю.jpeg |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.